மூன்று குணங்கள்



சுவாமி பிரபஞ்சநாதன்

ஓம் ஸ்ரீ குருப்யோ நமஹ

மூன்று குணங்கள்



சுவாமி பிரபஞ்சநாதன்

மூன்று குணங்கள்

1. முன்னுரை

அகண்டமான இந்த சிருஷ்டியின் ஆரம்பத்தில் சுத்த சித்து (அறிவு) மட்டுமே இருந்தது. பிரம்ம சக்தியான மூலப்பிரகிருதியில் அனாதி காலங்களாக வெளிப்படாமல் அவ்வியக்தமாய் அடங்கி இருந்த விந்து தத்துவம் வெளிப்படுத்த நாடின போது, அதன் சக்தியானது சத்துவம், ராஜஸம், தாமஸம் என்னும் மூன்று குணங்களாக வெளிப்பட்டன.

இந்த மூன்று குணங்களில் ஏதாவதொரு குணம் மற்ற இரண்டு குணங்களையும் மீறி ஓங்கி நிற்கும்.

இந்த முக்குணங்களில் முதற் குணமாகிய சுத்த சத்வ குணத்திற்கு **“மாயை”** என்று பெயர்.

மாயை, சத்துவ குணத்தில் பிரதிபலித்த, பிரம்மத்தின் சாயலான ஞான நிழலுக்கு **“அந்தர்யாமி”** என்றும் மாயாசகித **“ஈஸ்வரன்”** என்றும் அழைக்கப்படுகின்றது.

மாயை, ராஜஸ **குணத்தில்** அவித்தைகளில் (அறியாமையில்) பிரதிபலித்த பிரம்ம நிழலுக்கு **“ஜீவர்கள்”** என்று பெயர்.

மாயாசகித ஈஸ்வரனுடைய அனுக்கிரகத்தினாலே மூன்றாம் குணமாகிய தாமஸ குணமானது ஆவரணம், விக்ஷேபமென இரண்டு சத்திகளாகப் பிரிந்து நின்றது.

ஆவரணம் என்பது மறைக்கும் சத்தி, விக்ஷேபம் என்பது தோன்றும் சத்தி.

மறைக்கும் சத்தியான ஆவரணம் மாயா சகித ஈஸ்வரனையும், தன்னையறிந்த ஞானிகளையும் தவிர, மற்ற ஜீவர்களை எவ்வாறு மறைக்கும் என்றால், விக்ஷேபத்தில் தோன்றிய ஸ்தூல சரீரங்களையும், சித்துவின் நிழலான ஜீவனையும் **"நான்"** என்று அபிமானிக்கும்படி செய்து, சுயமான, சுத்த சைதன்யமாகிய சாக்ஷாத் பரப்பிரம்மமாகவே தான் இருக்கின்றேன் என்ற உண்மையை அந்த ஜீவர்களுக்கு தெரிய விடாமல் மறைக்கின்றது.

இனி தோன்றும் சக்தியான விக்ஷேபத்திலிருந்து கண்ணிற்குத் தெரியாத மிகவும் நுண்ணியதான சூக்ஷ்ம ஆகாயமும், அந்த ஆகாயத்திலிருந்து சூக்ஷ்ம வாயுவும், அந்த வாயுவிலிருந்து சூக்ஷ்ம அக்னியும், அந்த அக்னியிலிருந்து சூக்ஷ்ம நீரும், அந்த நீரிலிருந்து சூக்ஷ்ம மண்ணும் தோன்றின.

(**“ஆகாசாத் வாயு: வாயோரக்னி: அக்னேராப: அத்ப்ய: ப்ருதிவீ”** என்கிறது உபநிஷத்.)

இவ்வைந்தும் **“சூக்ஷ்ம பஞ்சபூதங்கள்”** என்றும், **“பஞ்ச தன்மாத்திரைகள்”** என்றும் பெயர் பெறுகின்றன.

இந்த சூக்ஷ்ம பஞ்சபூதங்களிலிருந்து ஜீவர்களுக்குப் போக சாதனங்கள் (இந்த உலகம், மற்றும் உடல்கள்) உண்டாயின.

அது எப்படி என்றால், மேற்கண்ட மூன்று குணங்களிலும் இந்தச் சூக்ஷும பூதங்கள் ஐந்தும் கூடியிருக்கும்.

சூக்ஷ்ம பஞ்சபூதங்களின் சத்துவ குண அம்சத்திலே, பூதத்துக்கு ஒவ்வொரு மாத்திரையாக எடுத்து தனித்தனியே வைத்துக் கொண்டு, அவைகள் முறையே, காது, மூக்கு, கண்கள், நாக்கு, தோல் என ஐந்து **“ஞானேந்திரியங்கள்”** உண்டாயின.

காதுகள் சத்தத்தை மட்டும் கேட்கும், மூக்கு மணத்தை மட்டும் நுகரும், கண்கள் காட்சியை மட்டும் காணும், நாக்கு இரசத்தை மட்டும் சுவைக்கும், தோல் உணர்வு தன்மையினால் பரிசத்தை மட்டும் அறியும். இந்த ஐந்து புறக்கருவிகளும் **“ஞானேந்திரியங்கள்”** என்று அழைக்கப்படுகின்றன.

அடுத்து, அந்த பஞ்ச பூதங்களின் சத்துவ குண அம்சத்திலே, பூதத்துக்கு ஒவ்வொரு மாத்திரையாக எடுத்து, ஐந்தையும் ஒன்றாகச் சேர்த்து உள்ளம், மனம், புத்தி, சித்தம், அகங்காரம் என ஐந்தும் ஒன்று கூடி **“அந்தக் கரணங்கள்”** ஆயிற்று.

இவ்வாறு, ஐந்து பூதங்களின் தலா ஒரு மாத்திரை வீதம் ஐந்து மாத்திரைகளும் ஒன்றாய்ச் சேர்ந்ததின் காரணமான அந்தக் கரணத்தின் துணைக் கொண்டு, ஐந்து

இந்திரியங்களும் ஐந்து விதமான அனுபவங்களை அடைகின்றது.

இன்னும் அந்த பஞ்சபூதங்களின் ராஜஸ குண அம்சத்திலே, பூதத்துக்கு ஒவ்வொரு மாத்திரையாக எடுத்துத் தனித்தனியே வைத்துக் கொண்டு, அவைகள் முறையே வாய் (பேசும் சக்தி), கை (கொடுக்கல், வாங்கல் சக்தி), கால் (நடக்கும் சக்தி), எருவாய் (மலம் கழிக்கும் சக்தி), கருவாய் (இன்பம் கொடுக்கும் சக்தி) என ஐந்து செயல்களைச் செய்யக்கூடிய **“கர்மேந்திரியங்கள்”** உண்டாயின.

அடுத்ததாக, பஞ்ச பூதங்களின் ராஜஸ குண அம்சத்திலே, மீண்டும் பூதத்திற்கு தலா ஒவ்வொரு மாத்திரை எடுத்து ஒன்றாகச் சேர்த்து பிராணன், அபானன், வியானன், உதானன், சமானன் என **“ஐந்து வாயுக்கள்”** உண்டாயின.

ஆகவே, மேலே கூறப்பட்டுள்ள ஐந்து ஞானேந்திரியங்களும், ஐந்து அந்தக்கரணங்களும், ஐந்து கர்மேந்திரியங்களும், ஐந்து வாயுக்களும் ஆக மொத்தம் இருபது தத்துவங்களும் சேர்ந்து தேவர்கள், மானிடர்கள் மிருகங்கள், போன்ற அனைத்து உயிர்களுக்கும் இவைகளே **‘லிங்க சரீரம்’** என்று அழைக்கப்படுகின்ற கண்ணிற்குத் தெரியாத மிக நுண்ணிய **“சூக்ஷும சரீரம்”** ஆகின்றது.

அடுத்து, சத்துவ குண, ராஜஸ குண அம்சங்கள் போக மீதமுள்ள தாமஸ குண அம்சமான ஐந்து பூதங்களில் ஒவ்வொன்றையும் இரண்டாகப் பகுத்து, முற்பாதி ஐந்தில் ஒவ்வொரு பூதத்தையும் தனித்தனியாக எடுத்து வைத்துக் கொண்டு, இரண்டாம் பாதி ஐந்தில் தனது அம்சத்துடன்

சேர்க்காமல், மற்ற நான்கு பூதங்களுடன் அரைக்கால் அரைக்கால் மாத்திரையாகக் கொடுக்க பஞ்சீகரணமாகும்.

அதாவது, ஒவ்வொரு பூதத்திலும் மற்ற நான்கு பூதங்கள் சேர்ந்து ஒவ்வொன்றும் ஐந்தைந்தாக ஆயிற்று.

இப்படிப் பஞ்சீகரித்ததினால் கண்களுக்குத் தெரிகின்ற ஸ்தூல ஆகாயமும், ஸ்தூல வாயுவும், ஸ்தூல அக்னியும், ஸ்தூல நீரும், ஸ்தூலப் பூமியும் உண்டாயின.

இப்படிப்பட்ட இந்த ஸ்தூல மகா பஞ்ச பூதங்களின் வாயிலாகவே, அனைத்து ஜீவர்களின் ஸ்தூல சரீரங்களும், அண்ட சராசங்களும், அவற்றுள் ஒன்றாகிய இந்த உலகமும், இந்த உலகத்தில் போகங்களும் உண்டாயின.

இவ்வாறு தோன்றிய தத்துவங்கள் மொத்தம் முப்பத்தாறு (36) ஆகும்.

<u>அவையாவன:--</u>

பூதங்கள் 5,
ஸ்தூல சரீர தத்துவங்கள் 6,
சூக்ஷ்ம சரீர தத்துவங்கள் 20,
காரண சரீரமான மாயை, அவித்தை 2,
இவற்றில் பிரதிபலித்த ஈசன் ஜீவன் 2,
இவைகளுக்கு அதிர்ஷ்டான சைதன்யம் பிரம்மம் 1

ஆக மொத்த தத்துவங்கள் 36 உண்டாகின்றன.

இவைகளில் பூதங்கள் ஐந்தும், மாயை ஒன்றும், மாயாப் பிரதிபிம்ப ஈஸ்வரன் ஒன்றும், பிரம்மம் ஒன்றும்

ஆக எட்டும் சகல பிராணிகளுக்கும் பொதுவாக அனுபவிக்கப்படும்.

மற்ற இருபத்தெட்டும் ஒவ்வொருவருக்கும் அவரவர்களின் கர்ம பலன்களுக்கு ஏற்ப தனித்தனியாக அனுபவிக்கப்படும்.

ஆகையால், மற்ற எட்டு தத்துவங்களும் எல்லோருக்கும் பொதுவாக உள்ளது.

பரிபூரண ஞான சொரூபியாக விளங்கும் பிரம்மத்தினிடத்தில் (கயிற்றில் பாம்புபோல்) ஏற்றி வைக்கப்பட்ட (ஆரோபித்த) இந்த கண்ணிற்குத் தெரிகின்ற ஸ்தூல தேகத்தை **"நான்"** என்று அபிமானித்துக் கொள்கின்ற இந்த ஜீவர்களுக்கு சத்வ, ரஜஸ், தமஸ் என்ற மூன்று குணங்களே (சூட்சும கூறுகள்) இந்த பிரபஞ்ச உற்பத்திக்கு காரணமாக அமைகின்றன.

மாயையிலிருந்து தோற்றுவிக்கப்பட்ட இந்த உலகம், உடல் இந்த மூன்று குணங்களை உடையதாக இருக்கின்றது.

இந்த குணங்களை நன்கு அறிந்து விட்டால், அதன்பிறகு, அவைகளில் ஒவ்வொரு குணமாக நீக்கி, மூன்றும் நீங்கும் பொழுது, மாயையை நீக்கி விடுவதற்கு சமமாகி விடும்.

இது பூரணமான பிரம்மத்தை அடைவதற்கு சுலபமாக்கி விடும் விசார சாதனமாகும்.

இவ்வாறு குணத்தை நீக்குவதற்கு அதை விசாரம் செய்து அதன் தன்மையை உணர வேண்டும்.

மாயை புருஷனை சார்ந்து செயல்பட்டுக் கொண்டிருப்பதால், அதன் ஆதாரத்தை நாடி சரணடைந்து விட்டால், இதை சுலபமாகக் கடந்து விடலாம்.

ஜீவனுக்கு பல பிறவிகள் எடுப்பதற்கு காரணம் குணத்தின் மீதுள்ள பற்றுதான் என்று சாஸ்திரம் கூறுகின்றது.

எனவே, குணங்களைப்பற்றியும், அது எவ்வாறு நம்மை பந்தப்படுத்துகின்றது. இதன் பிடியிலிருந்து எப்படி விடுபடுவது என்பதை பற்றியும் நன்கு தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

நாம் எந்த குணத்திலிருக்கின்றோம் என்று அறிந்து கொள்ள வேண்டும். இறுதியில் குணங்களின் பிடியிலிருந்து விடுபட்டவன் எப்படி இருப்பான் என்பதையும் அறிய வேண்டும்.

எனவே, இவைகள் ஞானத்திற்கு நேரிடையாக உதவி செய்வதால், இந்த விசாரத்தை ஞானயோக சாதனமாக எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இந்த மூன்று குணங்கள் ஒவ்வொருவரையும் பந்தப் படுத்துகின்றது. ஒருவருடைய சரீரத்தில் உள்ள அறிவு ஸ்வரூபமான ஜீவனை கட்டி வைத்திருக்கின்றது.

இந்த ஜீவாத்மா உண்மையில் கட்டப்பட முடியாதவன், அழியாத தத்துவமாக இருக்கின்றது. ஆனால், மாயை அதை கட்டி வைத்திருக்கின்றது. அதாவது, அறியாமை தன்னை அறியவிடாமல் தடுக்கின்றது.

இந்த தேகமே நான் என்ற பாவத்தை இந்த மாயை கொடுத்து விட்டு, இந்த உடலுக்கு வருகின்ற கஷ்ட, நஷ்டங்கள், சுகங்களை எல்லாம் தன்னைச் சார்ந்தது என்று நினைக்க வைத்து, அவைகளை அனுபவிக்க வைக்கின்றது.

இந்த மூன்று குணங்களுக்குள்ளே சத்துவ குணமானது அறிவைக் கொடுக்கக் கூடியது. மேலும் இது தூய்மையாக இருப்பதனால், சிறிது கூட கலங்கமற்றதாக, அசுத்தமற்றதாக இருக்கின்றது.

இந்த சத்துவ குணத்திற்கு தடை உண்டனால், ஒருவர் முழுமையான அறிவை அடைய முடியாது. ரஜஸ், தமஸ் என்கின்ற மற்ற குணங்கள் மேலோங்கி வரும் பொழுது அவைகளையே தடையாக கருதப்படுகின்றது.

மனம் தூய்மையாக இருக்கும்போது, அதாவது சத்துவ குணம் மேலோங்கிய நிலையில் இருக்கும் பொழுது, ஆத்மாவின் பிரதிபலிப்பு மிகத் தெளிவாக இருக்கும் எனவே, அத்னால் அடையும் அறிவும் மிகச் சரியாக இருக்கும்.

சத்துவம் - அறியும் சக்தி
ரஜஸ் - செயல்படுகின்ற சக்தி
தமஸ் - அறிவும், செயலும் இல்லாமல் ஜடமாக இருப்பது.

மனதிற்கும், நோய்களாக காமம், க்ரோதம், லோபம், மோகம் போன்றவைகள் கூறப்படுகின்றது. இவைகள் ரஜஸ், தமஸ் என்ற குணத்தில் இருக்கும் பொழுதுதான் ஒருவரை அதிகம் பாதிக்கும்.

சத்துவ குணத்தில் மனம் இருந்தால் எந்த நோயும் அவர்களை அண்டாது.

அந்த சத்துவ குணம் தூய்மையான மனதைக் கொண்டு இருக்கும். நற்குணங்களை எல்லாம் அடைய வைத்து, மோட்சத்தை அடைவதற்கு உதவி செய்வதாக இருக்கும். இது ஞானத்திலும், சுகத்திலும் ஒருவரை சேர்த்து வைக்கும்.

இந்த குணத்தில் இருப்பவர்களால் சந்தேகத்தையும், அறியாமையையும் வைத்திருக்க முடியவே முடியாது. இது விக்ஞானமய கோசத்தில் அவர்களை வைத்திருக்கும்.

ராஜஸ குணம் ஆசை ஸ்வரூபமானது, கர்ம ஸ்வரூபமாகவும் இருக்கின்றது. ஒருவரிடத்தில் இல்லாத பொருட்கள், மனிதர்கள் என்று மற்றவற்றின் மீது முழுமையான பற்றை, ஆசையை ஏற்படுத்தும். இந்த குணம் ஒருவரை சுதந்திரமாக இருக்க விடாது.

பொருட்களோ, மனிதர்களோ அவைகளைச் சார்ந்திருக்க வைத்திருக்கும். மேலும், இந்த ராஜஸ குணம் அவரை எப்பொழுதும் செயலில் ஈடுபட வைத்திருக்கும்.

செயலினால் வரும் பலன்களை இரண்டு வகை

1.திருஷ்ட பலன் - கண்ணுக்கு தெரியும் பலன்கள்.

2. அதிருஷ்ட பலன் - பாவமோ அல்லது புண்ணியமோ கிடைக்கும்.

பாவம் துக்கத்தை கொடுக்கும், புண்ணியமானது சுகத்தைக் கொடுக்கும்.

எனவே ராஜஸ குணத்தின் சொரூபம் விக்ஷேபம் ஆகும். இது தோன்றும் சக்தியாக இருப்பதினால், பாவத்தைக் கொடுத்து ஒருவரைப் பந்தப்படுத்துகின்றது. எதையாவது மாறி மாறி நினைத்துக் கொண்டிருப்பது, எதையாவது செய்துக் கொண்டே இருப்பது போன்றவைகள் இந்த ராஜஸ குணத்தின் இயல்பு. மேலும், பொறுமையின்மை, அதிக உத்வேகம் போன்றவைகளில் இருக்கச் செய்யும்.

மூன்று விதமான செயல்களான மனம், வாக்கு, சரீரம் இவைகளால் செய்யப்படும் செயல்கள் மற்றும், கர்மேந்திரியங்களில் அதிக அபிமானம் வைத்திடச் செய்கின்றது இந்த ராஜஸ குணம்.

தாமஸ குணத்தின் ஸ்வரூபம் ஆவரணம் - அதாவது மறைத்தல் சக்தி எனப்படுகின்றது.

இருளில் உள்ள பொருட்கள் மறைக்கப்படுவது போல உண்மையாக இருக்கிறதை மறைக்கும் சக்தி.

மாயைக்கு ஆவரணம் (மறைதல்) விக்ஷேபம்-மாற்றி தோற்றி வைத்தல் என்கின்ற இரண்டு வகையான சக்திகள் இருக்கின்றது.

கயிற்றில் தோன்றும் பாம்பு உதாரணத்தில் கயிற்றை மறைப்பது ஆவரணம், பாம்பாக தோன்றுவது விக்ஷேபம்.

தாமஸ குணமானது மாயையின் ஆவரண அம்சத்திலிருந்து தோன்றியது.

எல்லா ஜீவர்களையும் மன மயக்கத்தைக் கொடுப்பது, ஒருவருடைய கடமையை சரியாகச் செய்ய

விடாமல் தடுப்பது, அதை விட்டுவிட்டு தேவையில்லாத மற்ற விஷயங்களில் ஈடுபடுத்துவது. மேலும், தகுதியில்லாத செயல்களில் ஈடுபடுத்துதல், நல்லது கெட்டது தெரியாமல் செயல்களை செய்து கொண்டிருத்தல், சாதன - சாத்தியம் குழப்பத்தில் இருத்தல் போன்ற அனைத்தும் இந்த தாமஸ குணத்தின் வெளிப்பாடு ஆகும்.

எது சத்யம், எது மித்யா என்ற குழப்பத்தையும் இது கொடுக்கும்.

யாராவது நம்மை தவறாக புரிந்து கொண்டால் அவரிடத்தில் உள்ள தாமஸ குணத்தினால்தான் என்று அறிய வேண்டும். இவ்வாறு அவர்கள் செய்கிறார்கள் என்று அவர் மீது சத்துவ குணத்தில் உள்ளவர்களாகிய நாம் கோபப்பட மாட்டோம். பரிதாபம்தான் கொள்வோம்.

ஒருவர் கோபப்பட்டால், உடனே அவர் மீது நாமும் கோபப்பட்டால் தாமஸ குணத்தில் நாமும் இருக்கின்றோம் என்பதை இது காட்டுகின்றது. ஒரு பொருளுக்கு அதற்கு தகுந்த மதிப்பைக் கொடுக்காமல் அதிக மதிப்பை கொடுக்க வைப்பது இந்த தாமஸ குணம் ஆகும்.

மேலும், முயற்சியுடன் செய்ய வேண்டிய செயலை/விசயத்தை மறந்து விடுதல், செய்ய வேண்டிய செயலை செய்யாது அலட்சியமாக இருத்தல், அதனால் வரும் விளைவை அறியாது இருத்தல், பொறுப்புணர்வு இல்லாது இருத்தல் போன்றவைகள் இந்த தமஸ் குணத்தின் தன்மை எனலாம்.

சில செயல்களை கவனமாக செய்ய வேண்டும். சில பொருட்களை கையாளும் போது கவனமாக இருக்க

வேண்டும், பேசும் போதும் கவனமாக இருக்க வேண்டும். ஆனால், தாமஸ குணம் இவ்வாறு இருக்க விடாது.

சத்துவ குணம் மட்டும்தான் ஒருவனை விழிப்புடன் வைத்திருக்கும். ராஜஸ குணம் எப்பொழுதும் செயலில் ஈடுபடுத்திக் கொண்டிருக்கும், தாமஸ குணம் கவனமின்மை சோம்பல், அடிக்கடி உறக்கத்தில் வைத்திருக்கும்.

குணங்களின் தேவை

====================

மோட்சத்தை அடைய உதவும் ஞானத்தை அடைவதற்கு சத்துவ குணம் தேவையாக இருக்கின்றது.

இந்த ஞானத்தை அடைவதற்கு உபநிஷத், அதை உபதேசிக்கும் குரு, அதை அடைய வேண்டும் என்ற ஆசை, சிரத்தை, மனத்தூய்மை தேவைப்படுகின்றது.

இதை அடைவதற்கு ராஜஸ குணமும் அவசியமாகின்றது. கர்மயோகமாக செயல்களை செய்ய வேண்டும் எனில், அதற்கு ராஜஸ குணம் உதவுகின்றது.

தாமஸ குணம் நாம் ஓய்வெடுப்பதற்கு உறங்க வேண்டியதாக இருக்கிறது. இதை அடைய தேவையில்லை. இது இயற்கையாகவே, பிறக்கும்போதே இந்த குணத்தை அடைந்து இருக்கின்றோம்.

எப்பொழுது இந்த குணங்கள் மேலோங்கி இருக்கும்?

உணவு, இடம், சூழ்நிலைகள் இவைகளை பொறுத்துதான் அதற்கேற்ற குணம் மேலோங்கும்.

அதிகமாக சாப்பிட்டுவிட்டால் தமோகுணமான உறக்கமும், சோம்பலும் அவரை வந்தடையும். எனவே குணத்தை மேலோங்கச் செய்யும் நிலைக்கு அவர் மட்டுமே காரணம். ஒருவர் செய்யும் செயலே குண ஆதிக்கத்தை நிர்ணயிக்கின்றது. ஒருவர் எந்தக் குணத்தில் மேலோங்கி இருக்கின்றாரோ, அதற்கு தகுந்த செயலைச் செய்வார்.

பொதுவாக, செய்யும் செயல்களின் விளைவாக அடையும் பாவ - புண்ணியங்களை மற்றும் அதனால் உண்டாகின்ற சுக - துக்கங்களை அனுபவிக்கின்றோம்.

இவைகளை அனுபவிக்க உடல், உலகம், சம்பந்தம் என்பது அவசியமாகின்றது.

எந்த கர்மவினை வேலை செய்கின்றதோ அதற்கேற்ற குணம் அவரிடம் மேலோங்கி நின்று அந்த வேலையைச் செய்ய வைக்கும்.

எனவே எந்த நேரத்தில் எந்தக்குணம் மேலோங்கும் என்பதை அவருடைய செயல்களும், கர்ம வினையும் நிர்ணயம் செய்கின்றது.

இவையிரண்டில் எதனால் இந்த குணம் மேலோங்கியிருக்கும் என்பதைக் கூற முடியாது.

ரஜஸையும், தமஸையும் அடக்கி வைக்கும் போது சத்துவமானது தன்னுடைய வேலையை செய்கின்றது.

ராஜஸ குணம் தன் வேலையை செய்யும் போது சத்துவத்தையும் தமஸையும் அடக்கி வைக்கும்.

தமோ குணம் மேலோங்க வேண்டுமென்றால், சத்துவத்தையும், ரஜஸையும் அடக்கி வைத்திருக்க வேண்டும். அப்பொழுதுதான் உறக்கம் வரும்.

குணங்களை நேரிடையாக அறிந்து கொள்ள முடியாது.

ஆனால் அதன் காரியத்தை, அறிகுறிகளை வைத்து எந்த குணம் மேலோங்கி இருக்கின்றது என்பதை அறிந்து கொள்ளலாம்.

எப்பொழுது, இந்த உடலில் எல்லா ஞானேந்திரியங்களாலும், ஒளிமயமான ஞானம் தோன்றுகின்றதோ அப்பொழுது, சத்துவ குணம் மேலோங்கி இருக்கின்றது என்பதை அறிந்துக் கொள்ளலாம்.

சூழ்நிலையை சரியாக புரிந்து கொள்ளும் சக்தி, சரியாக பொருட்படுத்தும் சக்தி, அதாவது, அவைகளை சரியாகப் புரிந்து கொள்வதை அடைந்திருப்போம்.

ஆகவே, சரியான அறிவை அடையும்போது நாம் சத்துவ குணத்தில் இருப்பதாக புரிந்து கொள்ள வேண்டும். பிறருடைய சொல்லையும் சரியாக புரிந்து கொள்ளும் நிலை இந்த குணத்தின் ஆதிக்கத்தில்தான் நடக்கும்.

நற்பண்புகள் இருக்கும் நேரத்தில் சத்துவத்தில் இருப்போம். மேலும், நற்பண்புகளை அடைய வேண்டும் என்கின்ற முயற்சியில் இருக்கும் போதும் சத்துவத்தில்தான் இருக்கின்றோம்.

போதுமென்ற மனம் இல்லாத நிலை, நிறைவில்லா மனநிலை, திருப்தியற்ற மனநிலை, மற்றவர்களிடத்திலுள்ள பொருளை அபகரிக்க வேண்டும் என்ற மனநிலை, நம்மிடத்து இருக்கும் பொருளை பிறருக்கு கொடுக்காத மனநிலை, மென்மேலும் வளரவேண்டும் என்ற மனநிலை, இலவசமாக பொருட்களை பெற விரும்புதல், ஏதாவது பயனற்ற செயல்கள் செய்து கொண்டிருப்பது போன்றவைகள் ராஜஸ குணம் மேலோங்கி இருப்பதை உணர்த்துகின்றது.

செயல்களினுடைய ஆரம்பம். குறிப்பிட்ட செயலை திட்டமிட்டு செய்வதை எடுத்துக் கொள்ளுதல் (சங்கல்பத்தினுடைய பிரவாகம்) மனதில் இருக்கின்ற விக்ஷேபம். மனதில் விதவிதமான சமபந்தமற்ற எண்ணங்களால் தாக்கப்பட்டு கொண்டிருத்தல், ஒரு வேலையை செய்யும் பொழுது, மற்றொரு வேலையை பற்றி நினைத்துக் கொண்டு இருத்தல், இதை செய்துவிட்டு அதை செய்வேன் என்று சங்கல்பம் செய்தல்.

பேராசை, மற்றவர்களுடைய பொருள் மீது ஆசைப்படுதல், ராஜஸ குணம் மேலோங்கி இருக்கும்போது மேற்கூறிய அறிகுறிகளை வைத்து அறிந்து கொள்ள வேண்டும்.

கர்மேந்திரியங்கள் அதிகமாக செய்லபடுத்துவது, எப்பொழுதும் பேசிக்கொண்டே இருப்பது, மற்றவர்களை இம்சைபடுத்துதல், கர்வத்துடன் இருத்தல், உயர்வு மனப்பான்மையுடன் இருத்தல், தன்னைத்தானே புகழ்ந்து கொண்டு இருத்தல், இவைகளெல்லாம் ராஜஸ குணம் மேலோங்கும் போது வெளிப்படுகின்றது.

தாமஸ குணம் மேலோங்கி இருக்கும் போது: நல்ல விஷயங்களை புரிந்துகொள்ளும் திறனில்லாத நிலை, குழப்பமான மனநிலை, சூழ்நிலைகளை புரிந்து கொண்டு நடந்து கொள்ளாத முடியாத மனநிலை, மேலும் குறிப்பால் உணர்ந்து கொண்டு செயல்படும் தகுதியில்லாத நிலை.

நம்மால் செய்யப்பட வேண்டிய கடமைகள் இருந்தாலும் செய்யாமல் இருப்பது, கவனக்குறைவாக இருத்தல், மேலும் ஒரு பொருளுக்கு கொடுக்க வேண்டிய மதிப்பை விட அதிகமாக கொடுக்கும் மனநிலை, அதிகமான உறக்கம், சோம்பலுடன் இருத்தல், மந்த புத்தியுடன் இருத்தல், இவைகளையெல்லாம் தாமஸ குணம் மேலோங்கும்போது வெளிப்படுகின்றது என்று அறிய வேண்டும்.

ஒரு குணத்திலிருந்து வேறொரு குணத்திற்கு எப்படி செல்வது?

பொதுவாக எல்லா மனிதர்களிடத்தும் மூன்று குணங்களும் இருக்கின்றது. ஆனால் ஏதாவது ஒரு குணத்தில் அதிக காலம் இருப்பார்கள். மற்ற குணங்கள் அவ்வப்பொழுது வந்து செல்லும்.

அதிக காலம் தாமஸ குணத்திலிருந்து, பிறகு எப்படி மற்ற குணத்திற்கு உயர்வது?

இந்த நிலையிலிருந்து சத்துவ குணத்திற்கு உடனே உயரமுடியாது.

முதலில், ராஜஸ குணத்திற்கு வந்துதான் பிறகு சத்துவத்திற்கு முயற்சி செய்ய வேண்டும்.

ராஜஸ குணத்திலும் கஷ்டம் இருக்கின்றது. ஆனால் தமஸில் அனுபவிக்கும் கஷ்டங்களை விட குறைவானதே.

ராஜஸ குணம் இரண்டாக பிரிக்கப்படுகின்றது.

தாமஸத்துடன் கூடிய ரஜஸ், சத்துவத்துடன் கூடிய ரஜஸ் என்பது அந்த இருவகை.

சரியான அறிவுடனும், அணுகுமுறையுடனும், பாவனையுடனும் ஒரு செயலை செய்யும்போது அது சத்துவகுணத்துடன் கூடிய ரஜஸாக கருதப்படுகிறது.

இந்த வகையான ரஜோ குணத்திற்குத்தான் நாம் செல்ல வேண்டும். அதுவே கர்மயோகம். இதுவே தாமஸ குணத்தில் இருந்து வெளிக் கொண்டு வருகின்றது. அடுத்து ராஜஸ குணத்திற்கு செல்வதற்கு உதவி செய்கின்றது.

<u>ராஜஸ குணத்தின் செயலிலிருந்து எப்படி விடுபடுவது என்ற விசாரம்</u>.

உறக்கத்தையும், சோம்பலையும் தேவையில்லாத நேரத்தில் வரும்போது எப்படி நீக்குவது?

உறக்கமானது அதிக உழைப்பினால் வருவது, உடலுக்கு தேவையான உறக்கத்தை கொடுக்காமல் இருந்தால் வருவது, பழக்கத்தினால் வருவது.

- மூச்சுக்காற்றை வெளியே முழுவதுமான விட்டு சிறிது நேரம் நிறுத்தி வைத்து பிறகு உள்ளிழுக்க வேண்டும். இதை ஐந்து அல்லது ஆறு முறை செய்ய வேண்டும்.

- எழுந்து நடக்க வேண்டும்.

- குறைவாக சாப்பிட வேண்டும்.

- தாமஸமான ஆகாரத்தை தவிர்க்க வேண்டும்.

- நமக்கு பிடித்தமான செயலை உறக்கம் வரும் நேரத்தில் செய்தல்.

- நாம் இருக்குமிடத்தை சுத்தப்படுத்தும் வேலையை செய்வது.

சோம்பல் நீங்குவதற்கு அளவாக சாப்பிட வேண்டும், பிடித்தமான வேலையை செய்ய வேண்டும், தனிமையை தவிர்க்க வேண்டும்.

<u>ராஜஸ குணத்திலிருந்து எப்படி விடுபடுவது என்பதை பற்றிய விசாரம்:</u>

- சத்துவ குணத்திலிருக்கின்ற மற்றவர்களின் துணையை நாட வேண்டும்.

- ராஜஸ குணத்தினால் வரும். குறைகளை நீக்கும் நற்பண்புகளை முயற்சி செய்து அடைய வேண்டும். லோப குணத்தை நீக்க தானம் என்ற பண்பை வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

- ஏதாவது ஒரு பொறுப்புக்களிலிருந்து கொண்டு செயல்பட்டுக் கொண்டிருப்பார்கள். இவர்கள் பொறுப்புக்களிலிருந்து கொஞ்ச கொஞ்சமாக விடுவித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இதனால் செயல்பாடுகள் குறைந்த மனது அமைதியுடன் இருக்கும். இது தியானத்திற்கு மிகவும் உதவிகரமாக இருக்கும். ப்ரவிருத்தியிலிருந்து நிவிருத்தி செல்ல வேண்டும்.

- மனதில் சங்கல்பங்கள் மாறி மாறி தொடர்ந்து வந்து கொண்டிருக்கும். ஒன்றை செய்து கொண்டிருக்கும்போது அடுத்து என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதை மனதுக்குள் எண்ணிக் கொண்டிருத்தல். இதை ஜபம், தியானம் சாதனங்களின் மூலமாக மனதை அமைதிபடுத்த வேண்டும்.

மனதுக்கு இரண்டுவிதமான பயிற்சியை கொடுக்க வேண்டும் அவைகள்

தூய்மைபடுத்துதல் (கர்மயோகம்),
உறுதிபடுத்துதல் (உபாஸனம்).

குணத்தின் அடிப்படையில் மரணம்

சத்துவ குணம் மேலோங்கி இருக்கும் நிலையில் ஜீவனுக்கு மரணம் ஏற்படும்போது, மேலானவர் இருக்கின்ற உத்தமமான உலகத்தை அடைகின்றான்.

இந்த மனித உலகத்திலே உத்தமமான பெற்றோர்களுக்கு பிறக்கின்றான்.

நல்ல புத்தி உடைய, நல்ல சூழ்நிலையில், தர்மப்படி வாழ்பவர்களுக்கு பிறக்கின்றான்.

ஒருவன் ராஜஸ குணத்திலிருக்கும் போது இறந்துவிட்டால், அவனது செயல்தூண்டும் குணமான இந்த ரஜோ குணம் அவனை அதிகமாக செயல்கள் பல ஏற்க வேண்டியதாக இருக்கின்ற சூழ்நிலையில் பிறக்க வைக்கும்.

அதிக பொறுப்புக்கள் ஏற்க வேண்டிய சூழ்நிலையில் பிறப்பார்கள். தாய் - தந்தையரை காப்பாற்ற வேண்டிய சூழ்நிலையில் பிறப்பார்கள்.

தாமஸ குணத்திலிருக்கும்போது இறப்பவர்கள் விலங்கினத்தில் பிறப்பார்கள். தமோ குணத்தின் நிலைக்கேற்ப, அதற்கேற்ற விலங்காக பிறப்பார்கள்.

இவ்வாறு ஒருவர் இறக்கும் பொழுது எந்த குணம் மேலோங்கி இருக்கின்றதோ அதற்கேற்ற பலனை அடைகின்றார்கள்.

வாழும்போது இருக்கும் குணத்தின் அடிப்படையில் அடையும் பலன்

நாம் செய்யும் செயல்கள் சத்வ, ரஜஸ், தமஸ் குணங்களிலிருந்து வெளிப்படும் செயல்களாக பிரிக்கலாம்.

சத்துவ குணத்தினால் புண்ணியத்தையும், சுகத்தையும் அடைவார்கள். இந்த புண்ணியத்தினுடைய பலனாக, மேலும் சத்துவ குணத்தையும், சுகத்தையும் மாறி, மாறி கொடுத்து தீர்ந்து விடும்.

சத்துவ குணத்தினால் நமக்கு கிடைப்பது அறிவு (தர்ம - அதர்ம அறிவு, காரிய - காரண அறிவு), சுகமாக இருத்தல், மன அமைதியோடு இருத்தல், நற்பண்புகளை அடைதல் போன்றவைகள் இதனுடைய பலன்களாகும்.

சத்துவ குணத்தில் இருப்பவர்கள் உயர்ந்த நிலைக்கு செல்கின்றார்கள்.

சத்துவ குணத்திலுள்ளவர்கள் நற்பண்புகளையும், மனத் தூய்மையையும், மனப் பக்குவத்தையும் உடையவர்களாக இருப்பார்கள்.

ராஜஸ குணத்தினால் பாவத்தையும், அதனால், துயரத்தையும் அடைகின்றார்கள். ராஜஸ குணத்திலிருந்து லோபம் என்கின்ற குணத்தை அடைந்து, எதையாவது செய்து கொண்டே இருக்க வேண்டும் என்ற நினைப்பது இதனுடைய செயலாகும்.

ராஜஸ குணத்தில் இருப்பவர்கள் மேலே உயர முடியாமலும், கீழான நிலைக்கு தள்ளப்படாமலும் இடைநிலையில் இருக்கின்றார்கள்.

தாமஸ குணத்திலிருப்பவர்கள் பாவ - புண்ணியத்தை அடையமாட்டார்கள். ஆனால், அவர்களது அறியாமையினாலேயே மனித பிறவியை வீணடித்து விடுவார்கள்.

தாமஸ குணத்தினால் அடைவது அறியாமையிலும், கவனக்குறைவிலும் அவர்களை வைத்திருக்கும். எதையும் தவறாக புரிந்து கொள்வது, அறியாமை அடைவது, அதிக உறக்கம், சோம்பல் போன்றவைகளும் இதனுடைய செயல்களாகும்.

தாமஸ குணத்தில் இருப்பவர்கள் கீழான நிலைக்கு செல்கிறார்கள். இவர்கள் மிகவும் கீழான குணத்தில் வாழ்ந்து கொண்டு இருப்பவர்கள். கீழான மன நிலையில் இருப்பார்கள், மன வளர்ச்சியற்ற அறியாமை இவர்களிடத்தில் குடிகொண்டிருக்கும். நல்ல விசயங்கள் எதையும் அறியக்கூடிய ஆர்வம் இருக்காது.

இந்த மூன்று குணங்களும் ஆசையை தூண்டிவிடும், ஆசையே செயலில் ஈடுபட வைக்கும். செய்த செயல்களே பாவ - புண்ணியங்கள் என்ற பலனை கொடுக்கும்.

அதனால், இவைகள் சுக-துக்கத்தை கொடுத்து விட்டு நீங்கும். இதை அனுபவிப்பதற்கு உடல் தேவைப்படுவதால், இந்த குணங்கள்தான் உடல்கள் தோன்றுவதற்கு காரணமாக அமைகின்றன.

நவீன அறிவியலுக்கு அப்பாற்பட்டு, இந்த குணங்கள் உயிருடன், உயிரற்ற அல்லது திடமான, திடமற்ற என்று எல்லாவற்றிலும் உட்பொருளாக விளங்குகின்றது.

இந்த அடிப்படை தன்மைகளுக்கு ஏற்றார் போல் மூன்று குணங்களிடமிருந்தும் வெவ்வேறு விதமான அதிர்வலைகள் வெளிப்படுகின்றன.

அந்த மூன்று குணங்களின் விகிதாச்சாரத்தின் தன்மைக்கு ஏற்றவாறு ஒவ்வொன்றின் நடத்தையும் அதற்கேற்றாற்போல் அமைகிறது.

பொதுவாக, ஞான விசாரத்தினால் மட்டும்தான் ஒருவரிடத்தில் காணப்படுகின்ற குணங்களின் விகிதத்தை மாற்ற இயலும்.

நவீன அறிவியலின்படி இந்த பிரபஞ்சம் எலெக்ட்ரான், புரோட்டான், நியூட்ரான் என்று மூன்று மூலக்கூறுகளால் ஆனது.

அதுவே, ஆன்மீகத்தின்படி இந்த பிரபஞ்சமானது மூன்று முக்கிய அடிப்படையான தத்துவங்களால் அமையப்பெற்றது. அவை, **சத்வ, ரஜஸ், தமஸ்** என்னும் மூன்று சூட்சும கூறுகள் (மூன்று குணங்கள்) ஆகும்.

இந்த மூன்று சூட்சும கூறுகளின் பண்புகளை பற்றி கீழே காண்போம்.

மூன்று கூறுகள்	தன்மைகள்	அடை மொழி	உதாரணம்
சத்வ	தூய்மை மற்றும் ஞானம்	சாத்வீக	**சாத்வீக மனிதன் -** புகழ், வெகுமானம் அல்லது வேறு நோக்கம் என்று எந்த எதிர்பார்ப்புமின்றி சமூக நலனுக்காக வாழ்பவர்
ரஜஸ்	செயல்பாடு மற்றும் ஆசை	ராஜஸ	**ராஜஸீக மனிதன் -** சுய லாபத்திற்காகவும் லட்சியத்திற்காகவும் வாழ்பவன்
தமஸ்	அறியாமை மற்றும் சோம்பல்	தாமஸ	**தாமசீக மனிதன் -** மற்றவர்களை மிதித்து மேலே செல்ல தயங்காதவன், சமூகத்திற்கு தீங்கு விளைவிப்பவன்

இந்த கூறுகளை ஏன் சூட்சுமம் என்கிறோம் என்றால், அவை உருவமற்றவை, சமீபத்திய நவீன நுண்ணோக்கியாலும் பார்க்கமுடியாதவை.

அறிவியல் முன்னேற்றத்தாலும் இனி வரும் கருவிகளாலும் இந்த குணங்களை அளவிட முடியாதவை.

இந்த மூன்று சூட்சும கூறுகளை சூட்சும ஐம்புலன்களால் அல்லது **<u>ஆறாவது அறிவால்</u>** மட்டுமே உணர முடியும்.

இந்த மூன்று சூட்சும கூறுகளின் உருவமற்ற தன்மையால், நவீன அறிவியலை போதிக்கும் பள்ளிகளுக்கும், பல்கலைகழகங்களுக்கும் இவை இருப்பது தெரிவதில்லை. அதனால், இந்த குணங்களைப் பற்றியும், இதன் விளைவுகளைப் பற்றியும் இன்றைய நவீன பாடத்திட்டத்திலும் போதிப்பதில்லை.

இந்த மூன்று கூறுகளில் (மூன்று குணங்களில்) எது ஒருவரிடம் அதிகமாக உள்ளதோ அதற்கேற்றபடி அவர் மீது அதன் பாதிப்புகள் இருக்கும். அதாவது, இந்த குணங்களுக்கு ஏற்றவாறு அவர் செயல்படுவார். அவரின் செயல் மாற்றத்திற்கும், எண்ணங்களின் மாற்றத்திற்கும் இந்த குணங்களே மிக முக்கிய பங்கு வகுக்கின்றது.

இவ்வாறு, இவைகள் உருவமற்று ஒருவரின் எண்ணங்களையும், செயல்களையும் நிர்வகிப்பதினால், அவற்றின் வாயிலாக விளைந்த பண்புகளையும், பாதிப்புகளையும் விளக்கமாகக் காணலாம்.

2. மிகச்சிறிய பரமாணுவிற்கும், அடிப்படை மூன்று சூட்சும கூறுகளுக்கும் உள்ள ஒப்பீடு

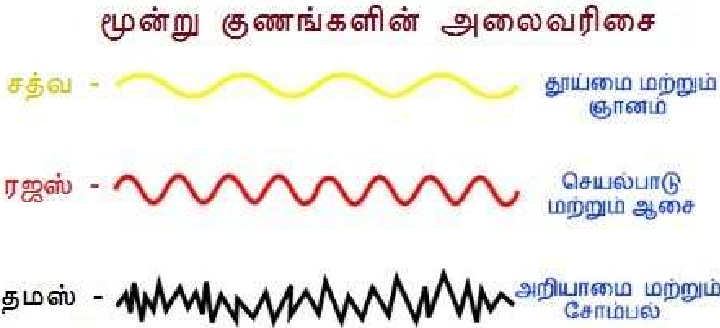
கீழே உள்ள அட்டவணையில் நவீன அறிவியலின் மிகச்சிறிய பரமாணுவிற்கும், ஆன்மிகத்தின் அடிப்படை மூன்று சூட்சும கூறுகளுக்கும் உள்ள வித்தியாசம் தரப்பட்டுள்ளது.

அளவுகோல்	மிகச்சிறிய பரமாணு	சூட்சும அடிப்படை கூறுகள்
வகை	**ஸ்தூலம்**	**சூட்சுமம்**
எவ்வாறு அளப்பது?	நவீன விஞ்ஞான கருவிகளைக் கொண்டு பரிசோதனை முறையில் அளப்பது	நமது ஆறாவது அறிவைக் கொண்டு அளப்பது
எவற்றை உள்ளடக்கியது?	ஸ்தூல உலகம் அனைத்தையும்	படைப்பிலுள்ள ஸ்தூல, சூட்சும, ஆன்மீக கூறுகள் அனைத்தையும். மிகச் சிறிய பரமாணுவிலும் சத்வ, ரஜஸ், தமஸ் கூறுகள் உள்ளன. நமது சூட்சுமமான எண்ணங்களும் இம்மூன்று கூறுகளையும் உள்ளடக்கியவை.

அவற்றின் கூறுகள்	படைப்பின் ஸ்தூல தன்மைகளை அதாவது ஒரு பொருள் திடமானதா, திரவமா என நிர்ணயிக்கிறது.	படைப்பின் தன்மைகள், முடிவெடுக்கும் ஆற்றல், விருப்பங்கள் ஆகியவற்றை பாதிக்கிறது. அதோடு ஸ்தூல தன்மையையும் பாதிக்கிறது. உதாரணம். தமஸ் தன்மையால் வெளிப்பாடு, திடத் தன்மை ஏற்படுகிறது.

3. சூட்சும கூறுகளின் தோற்றம் எப்படி இருக்கும்?

ஆறாவது அறிவின் கோணத்தை தரும் கருவியின் மூலம், கீழே உள்ள படத்தில், செயல்பாட்டில் மூன்று சூட்சும கூறுகளின் தோற்றம் பதிக்கப்பட்டது தரப்பட்டுள்ளது.



இந்த மூன்று சூட்சும கூறுகளும் அடிப்படையாக உருவமற்றவை. அவைகள் செயல்பாட்டில் இருக்கும்போது அதாவது அவற்றுடன் சக்தி சேரும்போது அவை அலை வடிவில் தோன்றுகின்றன.

படத்தின் விளக்கம்

நிறம்:

ஆறாவது அறிவைக் கொண்டு நோக்கும்போது, சத்வ கூறு மஞ்சள் நிறத்திலும், ரஜஸ் கூறு சிகப்பு நிறத்திலும், தமஸ் கூறு கருப்பு நிறத்திலும் தெரிகின்றது.

அலைகளின் அளவு:

அதிக செயல்பாட்டிலுள்ள ரஜஸ் கூறு குறுகிய அலைகளாகவும், அமைதியான சத்வ கூறு நீண்ட ஒரே தன்மையுள்ள அலைகளாகவும், தமஸ் கூறு சிதைந்து விடுகின்ற தன்மையுள்ள ஒழுங்கற்ற அலைகளாகவும் தெரிகின்றது.

அலைவீச்சு:

ரஜஸ் கூறு அதிக செயல்பாட்டுடன் இருப்பதால் அதிக அலைவீச்சுடனும், சத்வ கூறு முறையான குறைந்த அலைவீச்சுடனும், தமஸ் கூறு முறையற்ற குறைந்த அலைவீச்சுடனும் உள்ளது.

நீளம்:

அலைகளின் நீளம் அதனதன் செயல்பாட்டை பொருத்தது.

4. மூன்று சூட்சும அடிப்படை கூறுகளும் பிரபஞ்சத்தின் ஐந்து தத்துவங்களும்.

அண்டங்களின் கட்டமைப்பான ஐந்து பஞ்ச மகாபூதங்களும் இந்த மூன்று சூட்சும கூறுகளால் ஆக்கப்பட்டவை. பஞ்சமகாபூதங்கள் என்பவை நிலம், நீர், நெருப்பு, காற்று, ஆகாயம் என்பனவாகும்.

இந்த ஐந்து தத்துவங்களும் உருவமற்றவை. நாம் கண்களால் பார்க்கும், உணரும் பஞ்சபூதங்களின் அதி சூட்சும கூறுகளே இவைகள் மூன்றும் ஆகும்.

உதாரணத்திற்கு நீர் தத்துவம் என்பது நீரின் சூட்சும தன்மை கொண்டது. அதன் வாயிலாகவே ஆறு, கடல் போன்றவைகள் உருவாகின்றன. பொதுவில், இந்த பிரபஞ்சம் முழுவதும் மூன்று சூட்சும அடிப்படை கூறுகளால் ஆன, பஞ்ச மகாபூதங்களால் ஆனது.

மூன்று சூட்சும அடிப்படை கூறுகளும் பஞ்சமகாபூதங்களும்

பஞ்ச பூதங்கள்	சத்வ	ரஜஸ்	தமஸ்
நிலம்	10%	40%	50%
நீர்	20%	40%	40%
நெருப்பு	30%	40%	30%
காற்று	40%	40%	20%
ஆகாயம்	50%	40%	10%

மேலே உள்ள அட்டவணைபடி, எப்படி ஒவ்வொரு பஞ்ச மகாபூதமும் அதன் அமைப்பில் மூன்று சூட்சும கூறுகளின் விகிதத்தில் மாறுபடுகிறது என்பதை காட்டுகிறது.

நிலம் அதிக தாமஸ தன்மை உடையது. அதனால் அதிக கனமானதும் ஆகும். தாமஸ குணத்தின் தன்மை, இருப்பை கட்டுப்படுத்துகிறது. ஆனால் சத்வ குணம், இருப்பை பரவச் செய்கிறது. இதனால் நிலம் என்பது பஞ்சபூதங்களில் மிகத் தாழ்மையானது என்பது தெளிவாகின்றது. அதேபோல், ஆகாயம் மிக சூட்சுமமானது, சாத்விகமானது. அதனால், மற்ற பூதங்களை விட மிகவும் சக்தி வாய்ந்தது என்பதும் விளங்குகிறது.

பஞ்சபூதங்களில் தாமஸ குணம் குறையக் குறைய அதன் ஸ்தூலத்தன்மை (திடத் தன்மை) குறைகின்றது. உதாரணத்திற்கு, நெருப்பு பூமியை விட குறைந்த ஸ்தூலத்தன்மை கொண்டது.

5. மூன்று சூட்சும அடிப்படை கூறுகளும், உலகமும்

5.1 <u>இயற்கை அழிவுகள்.</u>

ரஜஸ், தமஸ் குணங்கள் அதிகரிக்கும் போது யுத்தம், இயற்கை அழிவுகள், பயங்கரவாத செயல்கள் அதிகரிக்கின்றன. அவை பஞ்சபூதங்களின் உறுதியை குலைத்து இயற்கை பேரழிவுகளை ஏற்படுத்துகின்றன.

5.2 உயிரற்ற ஜடப் பொருட்கள்

கீழே உள்ள அட்டவணையில் உயிரற்ற ஜடப் பொருட்களுக்கு, மூன்று சூட்சும கூறுகளிடம் உள்ள சம்பந்தம் காண்பிக்கப்பட்டுள்ளது.

பலவித உயிரற்ற பொருட்களிலுள்ள சூட்சும அடிப்படை கூறுகளின் விகிதாசாரம்

உயிரற்ற ஜடப்பொருட்கள்	சத்வ	ரஜஸ்	தமஸ்
கோவில்கள், புனித ஸ்தலங்கள், தீர்த்த க்ஷேத்திரங்கள்	5%	1%	94%
சாதாரண/சராசரி இடங்கள்	2%	2%	96%
தீய இடங்கள்	1%	1%	98%

5.3 உயிர் நிலைகள்

கீழே உள்ள அட்டவணையில், உயிர் நிலைகளுக்கு மூன்று சூட்சும கூறுகளிடம் உள்ள சம்பந்தம் காண்பிக்கப்பட்டுள்ளது. இதிலிருந்து ஜடப்பொருட்களைக் காட்டிலும், உயிர் பொருட்களில் அதிக சாத்வீகத் தன்மை வெளிப்படும் என்பது விளங்குகிறது.

பலவித உயிருள்ள நிலைகளிலுள்ள சூட்சும அடிப்படை கூறுகளின் விகிதாசாரம்

உயிருள்ளவைகள்	சத்வ	ரஜஸ்	தமஸ்
மகான்	50%	30%	20%
சராசரி மனிதன்	20%	30%	50%
தீயவன்	10%	50%	40%
புத்தி சுவாதீனமில்லாதவன்	10%	30%	60%
மிருகங்கள் மற்றும் பறவைகள்	10 - 20%	25 - 40%	40 - 65%
தாவர வகைகள்	5 - 10%	10 - 15%	65 - 85%

ஒரு குறிப்பிட்ட இடத்திலுள்ள உயிருள்ள ஜீவர்களில் வெளிப்படுகின்ற மூன்று சூட்சும குண பேதங்களில் தாவரங்களில் தொடங்கி, மிருகங்களைக் கடந்து, மனிதர்களில் மிக உயர்ந்த மகான்கள் வரை குண பேதங்களில் விகிதார வித்தியாசத்தை காண முடிகின்றது.

அதுப்போன்றே, ஒரு ஜடப்பொருளான கட்டிடத்திலிருந்து வெளிப்படுகின்ற குண பேதங்களின் அதிர்வலைகளைக் காட்டிலும் அதிக சக்தி வாய்ந்தது உயிருள்ளவைகளில் இருந்து வெளிப்படுவது ஆகும்.

உதாரணத்திற்கு ஒரு கட்டிடத்தில் உள்ள கோளாறுகளால் ஏற்படும் எதிர்மறை அதிர்வலைகளால் அந்த கட்டிடத்தில் நுழையும் ஒரு மகானின் மீது எந்த வித பாதிப்பையும் ஏற்படாது.

ஃபெங் சுயி, வாஸ்து சாஸ்திரம் போன்றவைகள் கட்டிட கட்டுமானத்திற்கு பயன்படுமே தவிர, நேர்மறை

சக்தி கொண்ட மகான்களின் சத்வ குணத்தின் முன்னால் அவைகள் பயன் தராது.

ஆனால், சூக்ஷுமமான சத்வ கூறுகள் அதிகமாகக் கொண்ட (நேர் அதிர்வலைகள்) மகான் ஒரு கட்டிடத்திற்குள் நுழைந்தவுடன், அங்கு ஒரு தெய்வீக அமைதி உண்டாவதை உணர முடிகின்றது. எதிர்மறை எண்ணங்கள் அங்கு நசுக்கப்படுகின்றது.

இதிலிருந்து, சத்வ குணத்தை பிரதானமாகக் கொண்ட மகான்களின் தரிசனம், மற்றும் இருப்பிடம் மிகவும் சக்தி வாய்ந்தது.

6. மூன்று சூட்சும அடிப்படை கூறுகளும் சரீர அபிமானங்களும்.

சரீரங்கள்	மூன்று சூட்சும அடிப்படை கூறுகளின் விகிதாசாரம்		
குணம்	சத்வ	ரஜஸ்	தமஸ்
ஸ்தூல உடல்	20%	40%	40%
மனோ தேஹம் அல்லது மனம்	30%	40%	30%
காரண தேஹம் அல்லது புத்தி	40%	40%	20%
மகாகாரண தேஹம் அல்லது சூட்சும அஹம்	50%	40%	10%

ரஜஸ் குணம் மட்டும் ஒரு மனிதனின் உடல் செயல்பாட்டை சார்ந்தது என்பதினால், அதன் விகிதாசாரம் எல்லா விதமான உடற்கூறுகளிலும் சமமாக உள்ளது.

ஆனால், மேலே உள்ள அட்டவணைப்படி, மற்ற இரண்டு குணங்களான சத்வ குணமும், தாமஸ குணமும் எல்லா சரீரங்களிலும் வெகுவாக மாறுபட்டு இருப்பதை காண முடிகின்றது.

இதன் பொருள் இந்த சரீர அபிமானம் ஸ்தூலத்திலிருந்து வெகுவாகக் குறையும் பொழுது, அது சூக்ஷுமத்தை நோக்கி முன்னேற்றுகின்றது.

அதனால்தான், இந்த அட்டவணையில் சரீர அபிமானம் ஸ்தூலமான நிலையிலிருந்து, சூக்ஷுமமான நிலைக்கு உயரும் போது, தமஸ் வலுவிழந்து, சத்துவம் மேலோங்குகின்றது.

இவ்வாறு, ஒருவரின் ஆன்மீக நிலையும், மூன்று சூட்சும அடிப்படை கூறுகளின் விகிதாசாரமும் பின்னிப்பிணைந்துள்ளது.

ஆனால், முட்டையிலிருந்து கோழி வந்ததா, கோழியிலிருந்து முட்டை வந்ததா என்பதைப் போன்றது இது.

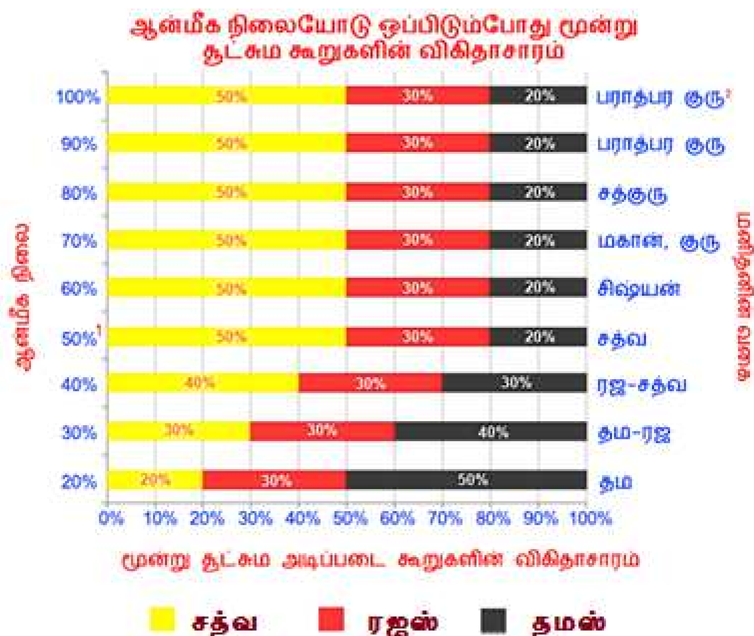
ஒருவரிடமுள்ள சத்வ, ரஜஸ், தமஸ் கூறுகளைப் பொருத்து ஒருவரின் ஆன்மீக முன்னேற்றம் அமைகின்றது எனக் கூறலாம்.

இன்னொரு விதத்தில் ஒருவரிடம் பிரதானமாக உள்ள சத்வ, ரஜஸ் அல்லது தமஸ் கூறே அவரின் ஆன்மீக நிலையை நிர்ணயிக்கிறது எனலாம்.

ஒருவர் ஆத்ம விசாரத்திற்கான சாஸ்திர சிரவணம் மேற்கொள்ளும் பொழுது, அவரிடமுள்ள சாத்வீக தன்மையை அதிகரிக்கும் முயற்சியும் தானாகவே நடக்கின்றது. அதாவது அவரிடமுள்ள தமஸ் தன்மையை முதலில் ரஜஸ் தன்மைக்கு உயர்த்தி, இறுதியில் சத்வ தன்மையாக மாற்ற முயற்சிக்கின்றார்.

ஒருவரிடமுள்ள சத்வ தன்மையை, அவர் அதிகரிக்க முயற்சி மேற்கொள்ளும் பொழுது, (மற்ற இரு கூறுகளோடு ஒப்பிடும்போது), அது அவருடைய ஆன்மீக நிலை மற்றும் ஆளுமையின் மேல் நல்ல தாக்கத்தை உண்டாக்குகின்றது.

ஆத்ம விசாரத்தின் மூலமாக ஒருவர் ஆன்மீக நிலையை உயர்த்தும் பொழுது, மூன்று சூட்சும அடிப்படை கூறுகளும் எவ்வாறு மாறுகின்றன என்பதை இந்த வரைபடம் சித்தரிக்கின்றது.



<u>அடிக் குறிப்புகள்:</u>

ஒருவர் 50% (ஐம்பது சதவீகிதம்) ஆன்மீக முன்னேற்றத்தினால், உயர்வடைந்த நிலைக்கு வந்த பிறகு, அவரது மூன்று கூறுகளும் ஒரே நிலையில் உள்ளன.

இதன் காரணம் ஒருவரிடம் 20% -ற்கும் குறைவாக தமஸ் தன்மை இருக்க முடியாது. இது நடந்தால் அவரின் ஸ்தூல நிலை தகர்ந்து விடும். அதாவது, தமஸ் முழுமையாக இல்லாமல் போனால், அவர் உடல் சிதைந்துவிடும்.

அதனால், ஒருவருக்கு உடல் இருக்கின்றவரை அவரிடம் குறைந்தபட்சம் 20% தமஸ் தன்மை நிச்சயமாக இருந்தாக வேண்டும்.

ஆனால், சத்வ நிலை அதிகரிக்கும் பொழுது, மற்ற கூறுகளின் வீரியம் குறைகின்றது. இதில், 50% ஆன்மீக நிலையில் சத்து குணம் 50% உயர்ந்தவுடன், மற்ற இரண்டு குணக் கூறுகள் தானகவே மீதமுள்ள 50% த்திற்குள் அடங்கி விடுகின்றன.

100% ஆன்மீக நிலையிலுள்ள உன்னதமான மகான் ஒருவர் உடல் இருக்கும் வரை இந்த மூன்று சூட்சும அடிப்படை கூறுகளால் ஆக்கப்பட்டிருப்பார்.

அவர் இறந்தவுடன் எல்லா சூட்சும அடிப்படை கூறுகளும் பூஜ்யமாகி விடுகின்றன. அவர் இறைவனோடு இரண்டறக் கலந்து விடுகிறார்.

ஆன்மீக முன்னேற்றம் அதிகரிக்கும் பொழுது மூன்று சூட்சும கூறுகளின் தாக்கம்

ஒருவருக்கு ஆன்மீக முன்னேற்றம் ஏற்படும் பொழுது, நுணுக்கமாக என்ன நடைப்பெறுகிறதென்றால், இருளான அவரது ஐம்புலன்கள், மனம் மற்றும் புத்தி இவைகளின் ஆதிக்கம் குறைந்து, அவருள் அந்தர்யாமியாய் உள்ள ஆத்மா ஒளிர்விடத் துவங்குகின்றது.

இதையே ஐம்புலன்கள், மனம் புத்தி அடங்கி விட்டது என்கிறோம். அவருடைய உண்மை ஸ்வரூபமான ஆத்மாவை உணர்ந்து கொள்ளாது, இந்த மூன்று சூக்ஷும

கூறுகளும் திசை திருப்புவதால் இவற்றை இருள் என்கின்றோம்.

ஒவ்வொருவருக்கும் உள்ளே அந்தர்யாமியாக ஆத்மாவாக நிறைந்திருக்கும் ஒன்றேயான பரம்பொருள், இந்த மூன்று சூட்சும அடிப்படை கூறுகளுக்கும் அப்பாற்பட்டதால், அவைகளுக்கு கட்டுப்படாதவர் எனலாம். மேலும், இந்த மூன்று குணங்களும் அவரிடம் இருந்தே தோன்றின.

அதனால் எந்த அளவிற்கு ஒருவர் ஆத்ம ஜோதியை தம்முள்ளே ஒளிர் விட செய்கின்றாரோ, அந்த அளவுக்கு, இந்த மூன்று சூட்சும கூறுகளும் அவரது ஆளுமையை, விருப்பு - வெறுப்புக்களை, செயல்களை உண்டாக்காது தடுக்கும்.

ஆத்ம விசாரத்தின் இறுதிக் கட்டத்தில் ஆத்ம ஜோதி அவரை முழுமையாக நிறைக்கும் பொழுது, இறை சித்தத்தோடு ஒன்றிய வாழ்க்கையை அவர் வாழ ஆரம்பிக்ன்றார்.

மூன்று சூட்சும கூறுகளும் கரைந்து போய் எந்தவித தாக்கத்தையும் அவர்மீது ஏற்படுத்துவதில்லை.

கீழே உள்ள அட்டவணையில் ஒருவரிடம் பிரதானமாக உள்ள சூட்சும தன்மையால் அவரின் ஆளுமை எவ்வாறு வெளிப்படுகிறது என்பது கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.

அடிப்படையாக புரிந்து கொள்ள இவைகள் உதவும். ஒருவரின் விழிப்படைந்த ஆத்ம அறிவினால் மட்டுமே

மற்றொருவரின் பிரதானமான சூட்சும தன்மையை பற்றி சரியாக கணிக்க முடியும்.

நிலைகள்	சாத்வீக மனிதர்	ராஜஸ மனிதர்	தாமஸ மனிதர்
குறைகள்	உணர்வுகள், எண்ணங்கள், செயல்களின் மீது முழு கட்டுப்பாட்டு	கோவம், பொறாமை, பெருமை, கர்வம், அதிகாரம், கவனத்தை தன் பக்கம் திருப்புதல், பேராசை, உலக இச்சைகள், லட்சியம் பூர்த்தியாக எதையும் செய்வது, கவலை, பகல்கனவு காணுதல்	சோம்பல், செயலின்மை, தீவிர சுயநலம், மன அழுத்தம், மற்றவரை பற்றி சிந்திக்காமல் இருப்பது, தன் சுயநலத்திற்காக மற்றவரை துன்புறுத்துவது, எரிச்சல் தன்மை
குணங்கள்	எல்லா நற்குணங்கள், நேர்மை, சட்டத்திற்கு உட்படுதல், பொறுமை, அமைதி, ஸ்திரமான புத்தி, குறைவான அஹம், இறுதியில்	தலைமையேற்று நடத்துவிக்கும் குணம், ஆனால் ஆன்மீக முன்னேற்ற பாதை அறியாத முயற்சி	இல்லை

	குண-குறைகளை தாண்டி செல்வது, இறப்பை பற்றி பயமின்மை		
மகிழ்ச்சியை தேடும் முக்கிய வழிகள்	ஞானம் பெறுதல், திறன், மற்றவருக்கு உதவுதல், தியானம், ஆன்மீக நிலையை அதிகரித்தல், இறுதியில் மகிழ்ச்சி, துக்கத்திற்கு அப்பால் சென்று ஆனந்தத்தை அனுபவித்தல்	அதிகாரம் பெறுதல், உலக செல்வங்களை அடைதல்	உண்ணுதல், அருந்துதல், உடலுறவு கொள்ளுதல்
மற்றவர் சம்பந்தமாக	சமூகசேவை செய்ய வாழுதல், மற்றவர் ஆன்மீக முன்னேற்றம் அடைய உதவுதல்; இங்கு ஆன்மீக முன்னேற்றம் என்பது பரந்த	சுயநலம் பேணுதல், அஹம்பாவத்துடன் ‘நான் செய்கிறேன்’ என்ற உணர்வுடன் மற்றவருக்கு உதவுதல்	மற்றவருக்கு தீங்கிழைத்தல் ; அதிகபட்ச தாமசீகமானவர் -மதம், கொள்கை என்ற பெயரில் ஒட்டுமொத்த சமூகத்தினருக்கு பெரும் கேடு விளைவித்தல்

	நோக்கில் ஆறு அடிப்படை தத்துவங்களின்படியான ஆன்மீக பயிற்சியை குறிக்கிறது		
உறக்கம்	4 - 6 மணி நேரம்	7 - 9 மணி நேரம்	12 - 15 மணி நேரம்
ஆன்மீக ஆற்றல்	அதிகம்	குறைவு	மிகக்குறைவு

<u>அடிகுறிப்புகள்:</u>

அதிகபட்ச தாமஸ தன்மையுடைய ஒருவர், கடுமையான ஆன்மீக பயிற்சிகள் பல செய்து, ராஜஸ குணத்திற்கு உயர்ந்து, இறுதியில் சத்வ குணத்தையும் அதிக விகிதாசாரம் அடைந்து, குணாதீதன் என்ற நிலைக்கு உயர்ந்து விட்டார் எனில், அவர் மட்டுமே மேற்கண்ட அட்டவணைக்கு விதிவிலக்கு.

இதில் கொடுக்கப்பட்ட குணங்கள், குறைகள் எல்லோருக்கும் எப்போதும் பொருந்தும் எனக் கூறிவிட முடியாது.

உதாரணத்திற்கு சாத்வீகமான ஒருவருக்கு 9 மணி நேர உறக்கம் தேவைப்படலாம். அதே போல் ஒரு தாமஸ குணத்தில் இருக்கும் ஒருவருக்கு பொறுமை என்ற குணம் இருக்கலாம்.

ஒருவரின் ஒட்டுமொத்த குண, குறைகளை பொருத்தே அவரின் இயல்பு நிர்ணயமாகின்றது. அதனால் ஒன்றிரண்டு தன்மைகளை வைத்து தம்மையும், மற்றவர்களையும் எடை போடுதல் கூடாது. ஒட்டுமொத்த தன்மைகளைக் கொண்டே நிர்ணயிக்க வேண்டும்.

அதோடு, ஒட்டுமொத்த நூறு சதவீதம் ஏதேனும் ஒரு குணமான சாத்வீக, ராஜஸ, தாமஸ மனிதரைப் பார்க்க முடியாது. அது சாத்தியமும் இல்லை.

பெரும்பாலும் ஒருவர் சத்வ-ரஜஸ் அல்லது ரஜஸ்-சத்வ அல்லது ரஜஸ்-தமஸ் தன்மைகளை கலந்தவாறு இருப்பர்.

சத்வ-ரஜஸ் உள்ள ஒருவரிடம் சத்வ, ராஜஸ கூறுகள் இருந்தாலும் அதிக அளவு சத்வ தன்மையே மேலோங்கி இருக்கும்.

ரஜஸ்-சத்வ விஷயத்தில் அதிக அளவு ராஜஸ தன்மையே மேலோங்கி இருக்கும்.

ஆகவே, ஒருவரிடம் உள்ள அதிகபட்ச தன்மையைப் பொருத்தே அவரின் ஆளுமையின் வெளிப்பாடு அமையும்.

இருந்தாலும், ஒருவர் எப்படி எல்லாம் விலையுயர்ந்த ஆடைகள், அணிகலங்களாலும், நாகரீகமான பேச்சாலும் தன்னை அடையாளம் காட்டிக் கொண்டாலும், அவரிடமிருந்து வெளிப்படும் அதிர்வலைகள் அவரின் அடிப்படைக் குணத்தை பொருத்தே அமையும்.

அதிநுட்ப ஆத்ம அறிவை உடைய ஒருவரால் மட்டுமே இந்த வெளிப்புற அடையாளங்களை தாண்டி ஒருவரின் சூட்சும அதிர்வலைகளை உணர முடியும்.

அதன் மூலம் ஒருவர் அடிப்படையில் சாத்வீகமானவரா, ராஜஸமானவரா அல்லது தாமஸமானவரா என்பதை அவரால் கூறவும் இயலும்.

ஒருவர் தனித்திருக்கும்போதே அவரின் உண்மையான சூட்சும வெளிப்பாடு நிகழும். ஒருவர் தன்னிச்சையாக செயல்படும்போதே அவரின் உண்மை ஸ்வரூபம் தெரியும்.

கீழ்க்காணும் உதாரணம் இதை நன்கு விளக்கும்.

மாணவர்களின் வகுப்பை உதாரணத்திற்கு எடுத்துக் கொள்வோம். ஆசிரியர் அந்த வகுப்பைக் கட்டுப்படுத்த முயற்சிக்கும் பொழுது, மாணவர்கள் எழுப்புகின்ற அதிக சப்தத்தினால், ஆசிரியர் கண்டிப்பானவராக இருந்தால் அவரால் ஓரளவிற்கு அவர்களை கட்டுப்படுத்த முடியும்.

அதன் பலனாக, அவர் இருக்கும் நேரத்தில் மட்டும் வகுப்பு மிகுந்த அமைதியாக இருக்கும். அவர் வகுப்பை விட்டு வெளியேறியதும், மாணவர்கள் மீண்டும் பழையபடி தங்களின் போக்கிரித்தனத்தை துவங்கி விடுவர்.

ஏனென்றால், அவர்களின் அடிப்படை இயல்பு ராஜஸம் மற்றும் தாமஸமானவை.

மறுபுறம், அதே வகுப்பில் ஒரு சாத்வீகமான மாணவன் இருக்கின்றான் எனில், மற்ற மாணவர்கள் தவறான செயல்களான வம்புக்கிழுப்பது, கிண்டல் செய்வது,

ஏமாற்றுவது போன்ற செயல்களில் அவனையும் ஈடுபட அழைக்கும் பொழுது, அவனது சாத்வீக குணத்தால் அவன் அவைகளை மறுக்கின்றான். மற்றவர்களின் செயல்கள் அவனுக்கு மகிழ்ச்சியைத் தராது. மாறாக அவனுக்கு வயிற்றை வருத்தத்தைக் கொடுக்கும். மேலும், தவறான செயல்களில் அவனால் ஈடுபடவே முடியாது.

ஆகவே, பாடப்புத்தகங்களில் வருகின்ற மேலோட்டமாக நீதிபோதனை கதைகள் மூலம் எந்த குழந்தைகளையும் முழுமையாகத் திருத்த முடியாது.

மாறாக இதற்கு நிரந்தர தீர்வு, அவர்களை ஆன்மீக முன்னேற்றத்திற்கான சாஸ்திர பாடங்களை கற்றுக் கொடுத்து, அவைகளை கர்மங்களாகச் செய்ய வைப்பதே சிறப்பானதாகும். அதோடு மட்டுமில்லாமல், இதுபோன்ற குண பேதங்களை உண்டாக்கக் கூடிய மனம் சார்ந்த வகுப்புகளை பாடங்களாக போதிக்கப்பட வேண்டும். இத்தகைய ஆன்மீக சூழலில் அவர்களை வளர்ப்பதால், அவர்களின் சாத்வீக தன்மை மேலும் அதிகரிக்கின்றது.

7. மூன்று சூட்சும அடிப்படை கூறுகளும் வாழ்க்கை முறையும்

ஒருவரைச் சுற்றியுள்ள அனைத்தையும் அவைகளின் அதிகபட்ச சூட்சும தன்மைக்கேற்ப சத்வ, ரஜஸ், தமஸ் என்று வகைப்படுத்த முடியும். ஒன்றின் அதிகபட்ச சூட்சும கூற்றை, அறிவினால் மட்டுமே அறிந்து கொள்ள முடியும்.

உலகிலுள்ள பல விஷயங்களின் அதிகபட்ச சூட்சும கூற்றை சில உதாரணங்கள் மூலம் அறியலாம்.

ஒருவரிடமுள்ள சத்வ, ரஜஸ், தமஸ் என்ற மூன்று தன்மைகளுக்கு ஏற்ப அவர் எந்த குணம் மேலோங்கி இருக்கின்றதோ அதற்கேற்ப வாழ்க்கை முறையை அமைத்துக் கொள்வார்.

மூன்று சூட்சும அடிப்படை கூறுகளும் வாழ்க்கைமுறையும்

பழக்கங்கள்	சாத்வீகம்	ராஜஸம்	தாமஸம்
உணவுகள்	கோதுமை, வெள்ளரி, கீரை, சர்க்கரை, பால், வெண்ணெய், நெய், பட்டை, பாதாம், வால்நட், முந்திரி	அதிக உப்பான, கசப்பான, புளிப்பான, மசாலா மிகுந்த, சூடான உணவுகள் (உதா. கொதிக்கும் காபி அல்லது டீ), வெங்காயம், பூண்டு	காய்ந்து போன காய்கறி, பதப்படுத்தப் பட்டவை, இருமுறை சுட வைத்தவை, துர்நாற்றம் மிகுந்தவை, பழைய கெட்டுப்போன உணவு, பாதி வெந்தது (மாமிசம் போன்றவை), சமைக்கப்படாத உணவு, ஜீரணத்திற்கு கடினமானவை, அசைவ உணவு, மற்றும் மதுபானங்கள்

நிறங்கள்	வெள்ளை, மஞ்சள், நீலம்	சிவப்பு, அடர் சிவப்பு, பச்சை, ஊதா	கருப்பு, கருப்பு கலந்த மற்ற நிறங்கள்
ஆடைகள் (நூலிழை)	இயற்கை இழைகளான பருத்தி, பட்டு, கம்பளி	மிருகங்களின் தோல்கள்	செயற்கை இழைகளான லைக்ரா, நைலான் முதலியன., கிழிக்கப்பட்ட அயர்ன் செய்யப்படாத ஆடைகள்
இசை	மகான்களால் இயற்றப்பட்ட, மெட்டு அமைக்கப்பட்ட பாடல்கள்	கிராமீய பாடல்கள், பாப் இசை, சினிமா பாடல்கள் முதலியன	வன்முறையை, போதையை தூண்டும் கனத்த உலோக இசை
திரைப்படம்	மக்களுக்கு ஆன்மீக அல்லது உலக விஷயங்களில் விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தும் படங்கள்	விறுவிறுப்பான மற்றும் மர்ம படங்கள்	ஆபாசம், வன்முறை மற்றும் திகிலூட்டும் படங்கள்
நூல்கள்	ஆன்மீகம் பற்றி தெளிவான பரந்த விளக்கம் கொண்ட நூல்கள்	உணர்வுகளை தூண்டி உலகப்பற்றை ஏற்படுத்தும் நூல்கள்	ஆன்மீகத்தை இழிவு செய்யும், சமூக கேடு விளைவிக்கும் நூல்கள்

சகவாசம் மற்றும் பொழுது போக்கு	ஆறு அடிப்படை தத்துவங்களின்படி ஆன்மீக பயிற்சி செய்யும் சாதகர்கள்	உலக விஷயங்கள், வியாபாரம் பற்றிய சர்ச்சைகள் நிறைந்த சமூக நிகழ்ச்சிகள், பொழுதுபோக்கிற்காக கடைகளுக்கு செல்லுதல்	போதை பழக்கம் உடையவர்களுடன் சகவாசம், மூர்க்கமான விழாக்கள், போதை பழக்கத்தை ஊக்குவிக்கும் விழாக்கள், சமூக கேடு விளைவிக்கும் சகவாசம்
திருமணம்	ஆன்மீக முன்னேற்றத்தை மையமாக கொண்ட கணவன்-மனைவி உறவு, எதிர்ப்பார்ப்பில்லாத ஆன்மீக அன்பு	உலக செல்வங்களை சேகரித்தல், எதிர்ப்பார்ப்புடன் கூடிய உலக அன்பு	கருத்து வேற்றுமை, நம்பிக்கையின்மை, சண்டைகள், வன்முறை

8. மூன்று சூட்சும கூறுகளும் மூட நம்பிக்கைகளும்

ஆவிகள், பேய்கள், பிசாசுகள், தீயசக்திகள் மற்றும் சாமி வந்தது போன்ற ஆர்ப்பாட்டங்கள் அனைத்துமே அடிப்படையில் ஒருவருடைய ரஜஸ் மற்றும் தமஸ் குணங்களின் பிரதானமானவைகள்.

தாழ்ந்த நிலையில் உள்ள இதுபோன்ற நம்பிக்கைகள் தாமஸ குணத்தின் வெளிபாடு எனலாம்.

ஆவிகள் ரஜஸ் - தமஸ் தன்மையை பிரதானமாக கொண்டிருப்பதால் அவைகள் அதிகம் உள்ள மக்களிடையே இதுபோன்ற குணங்கள் காணப்படும்.

இது போன்ற ஒத்த மனநிலை கொண்டவர்களையே, ஆவிகள் பீடிப்பதையும், சாமிகள் பீடிப்பதையும் ஏற்கின்றனர். அதனால், அவர்கள் இதனால் பாதிப்படையவும் செய்கின்றனர்.

அதாவது, தாமஸ குணம் அதிகம் உடையவர்கள் மற்றவர்களுக்கு பொறாமையின் மிகுதியால், தீங்கிழைக்கும் காரியங்களையும், பில்லி, சூன்யம் போன்றவைகளில் விருப்பம் உடையவர்களாகவும், சிறு தெய்வ வழிபாடுகள், மிருகங்களை பலி இடுதல், இறந்தவர்களின் ஆவிகளின் கட்டுப்பாட்டிற்குள் இவர்கள் வருவது போன்று மனப் பிராந்தி கொண்டவர்களாகவும், மேலும் அவைகளினால் இவர்கள் பாதிக்கப்பட்டவர்களாகவும் இருக்கின்றனர். இதனால், இவர்கள் மூலமாக சமூகத்திற்கு தீங்கு மட்டுமே உண்டாகின்றது.

ஒருவர், தன்னுடைய சாத்வீக தன்மையை அதிகரிப்பதன் மூலம் தன்னை அறிந்து, தன் சொரூபத்தில் நிலை பெறலாம். ஆவிகள் பிடித்தவாறு கூறுகின்றவர்கள் தாமஸ தன்மை உடையவர்களாதலால், அவர்களால் அதிக சாத்வீக தன்மைக் கொண்டவர்களை அல்லது சாத்வீகமான சூழ்நிலைகளை தாங்கிக் கொள்ள முடிவதில்லை.

இக்காரணத்தால்தான், இதுப் போன்று தீய சக்திகள் கொண்ட மாந்திரீக மந்திரவதிகளால் ஓர் உயர் நிலை

மகானை அல்லது குருவை நெருங்கவோ அல்லது அவர்கள் கூறுகின்ற கருத்துக்களை ஏற்கவோ முடிவதில்லை.

மேலும், இத்தகைய உயர் சாத்வீக தன்மை கொண்ட மகான்கள் எங்கு இருக்கின்றனரோ அங்கு தீய எண்ணங்களால் சூழப்பட்ட தீய சக்திகள் நெருங்கவும் முடிவதில்லை. காரணம், மகான்களின் நேர்மறையான அதிகபட்ச சத்துவ குணம், கீழ் நிலைகளில் உள்ள ரஜஸ் மற்றும் தமஸ் எண்ணங்களால் உண்டான எதிர்மறை எண்ணங்களை அருகே வரவிடாமல் தடுத்து விடுகின்றது.

9. முடிவுரை

இதுவரை அறிந்துக் கொண்ட மூன்று சூக்ஷும கூறுகளான குணங்களில், ஒருவரிடமுள்ள அதிகபட்ச சூட்சும அடிப்படை கூற்று குணமான எந்த குணம் அவரிடம் மேலோங்கி இருக்கின்றதோ, அதற்கேற்ப அவரிடமிருந்து சத்வ, ரஜஸ் அல்லது தமஸ் என்ற அதிர்வலைகளை வெளிப்படுகின்றன.

சத்வ தன்மை அதிகம் கொண்டவர்களிடம் அதிக நல்ல குணங்கள் காணப்படுகின்றன. இதனால், அவர்களது இயல்பு வாழ்க்கையின் அலுவலகத்தில், உறவுகளில், உலக விவகாரங்களில் நீடித்த வெற்றி மற்றும் முழுமையான திருப்தி கிடைக்கின்றன.

ஆகவே, ஒருவரிடமுள்ள இந்த மூன்று குணங்களில் எந்த குணம் மேலோங்கி உள்ளது என்பதை அறிந்து, அதில் சத்வ குணத்தை 50% பிரதானமாக கொண்டு வர வேண்டிய முயற்சிகளை மேற்கொள்ள வேண்டும். அதற்கான நட்புகள்,

பயிற்சிகள், உணவு பழக்க வழக்கங்கள், சிந்தனைகள் என்று அனைத்தையும் சீர்படுத்திக் கொண்டு முன்னேறினால் முடியாதது ஒன்றும் இல்லை.

அடுத்து, காரிய நாசம் என்பது ஒரு பொருளினுடைய முக்கியமான தன்மையை அழித்து விடுதல் என்பது ஆகும்.

அதாவது, வறுத்த கடலையை விதைக்க முடியாது. அதனுடைய நாம-ரூபம் அப்படியே இருக்கின்றது ஆனால் அதிலிருந்து செடியாக வளரும் தன்மை அழிக்கப்பட்டுவிட்டது.

அதேபோல குணங்களை கடந்துவிடுவது என்பது காரிய நாசத்தை குறிக்கின்றது.

அதாவது குணங்கள் கொடுக்கும் பந்தத்தை அழித்து கடந்து செல்வது என்று அறிந்து கொள்ள வேண்டும்.

குணாதீதன் என்பவன் குணங்களினால் பந்தப்படாமல் இருப்பவன். இவன் சத்துவகுண பிரதானமாக உள்ளவனாக இருப்பான். இதனால் ஆத்ம ஞானத்தை அடையும் சாதனங்களை பயன்படுத்தி அதை அடைந்து விடுவான்.

மூன்று குணத்தினாலும் முழுமையாக பாதிக்கப்படாமல் இருப்பான். ஆனால் மூன்று குணங்களையும் உடையவனாக இருப்பான். இது எப்படி சாத்தியமாகின்றது என்று விளக்கப்படுகின்றது.

நாம் சில விதமான அனுபவங்களினால் பாதிக்கப்படுகின்றோம். மற்ற சில அனுபவங்களினால்

பாதிக்கப்படுவதில்லை. எந்த அனுபவத்தினால் துன்பத்தை அனுபவிக்கின்றோமோ அதுதான் நம்மை பாதிக்கின்றது என்று நினைப்பது தவறு. சில சமயங்களில் கஷ்டத்திலும் பாதிக்கப்படாமல் இருக்கின்றோம், சுகத்தினாலும் பாதிக்கப்படாமல் இருக்கின்றோம்.

(உ-ம்) விரதம் இருக்கும்போது கஷ்டத்தை அனுபவித்தாலும் மனநிறைவுடன்தான் இருக்கிறோம். அதேபோல வேண்டாத விருந்தாளியாக இருக்கும்போது அருந்தும் சுவையான உணவு சுகத்தை கொடுத்தாலும் மனதில் வருத்ததுடன்தான் இருப்போம்.

இதிலிருந்து வெளி சூழ்நிலைகள் எப்படி இருந்தாலும் மனம் ஒரேமாதிரி இருப்பதில்லை.

மனம் எதனால் பாதிக்கப்படுகின்றது அல்லது பாதிக்கப்படாமல் இருக்கின்றது?

நமது மனதுக்குள் வரும் எண்ணங்கள் சத்வ, ரஜஸ், தமஸ் என்று மூன்று வகையாக இருக்கின்றது.

மனதுக்குள் வரும் முதல் எண்ணமானது எப்படிபட்டதாக இருந்தாலும் அதனால் பாதிக்க மாட்டோம். இரண்டாவது எண்ணத்திற்கு முதல் எண்ணம் விஷயமாக இருப்பதால் அதைப் பொருட்படுத்துதல் துயரத்தையோ, சுகத்தையோ கொடுக்கும்.

மனமே நானாக இருக்கும் நிலையில்தான் இரண்டாவது எண்ணம் நம்மைப் பாதிக்கின்றது.

ஏனென்றால் மனம் நான் என்று எண்ணும்போது நம்மிடத்து வரும் எண்ணங்கள் என்னைச் சார்ந்தது என்று எண்ணத் தூண்டுகிறது. அதனால் பாதிக்கப்படுகின்றோம்.

இந்த விதமான மூன்று எண்ணங்களும் தோன்றினால் துக்கமோ, சுகமோ மனது அனுபவிக்கின்றது. அதனால் மூன்றாவதாக வரும் எண்ணமாக விருப்பமோ அல்லது வெறுப்போ உண்டாகின்றது.

மனமே நான் என்ற நிலையிலிருந்து நீங்கி மனதைப் பார்க்கும்போது மூன்று வகையான விருத்திகள் வந்தாலும் அவைகளை வேடிக்கை மட்டும் பார்த்து கொண்டிருப்போம்.

அதனால் ஆழ்மனதில் எந்தவித பாதிப்பும் அடையாமல் இருப்போம்.

மகான்கள் குணாதீதனாக இருப்பதால் மூன்று வகையான எண்ணங்களையும் சாட்சியாகத்தான் பார்த்து கொண்டிருப்பார்கள், அந்த எண்ணங்களால் எந்தவிதமான பாதிப்புகளையும் அவர்கள் அடையமாட்டார்கள்.

இவர்களுக்கு தன் மனதுக்குள் வரும் எண்ணங்கள் மீது விருப்பு-வெறுப்பு கிடையாது. ஏனென்றால், இவர்கள் குணங்களை கடந்தவர்கள். அதனால், மனதோடு சம்பந்தப்படாதவர்களாக இருக்கின்றார்கள். அதனால், இந்த மூன்று குணங்களினால் பாதிக்கப்படாதவாறு அவைகளை அனுபவிக்கின்றார்கள்.

ஓம் தத் சத்

மூன்று குணங்கள்



சுவாமி பிரபஞ்சநாதன்